

INVESTIGACIÓN E INNOVACIÓN EN PSICOLOGÍA Y TRABAJO SOCIAL

La Facultad Psicología de la Universidad de Almería ha dedicado su Semana del Patrón a la transferencia de conocimiento, con un variado programa de actividades e invitados de nivel.

**MIGUEL BLANCO
FOTOS: ALBA MUÑOZ**

La innovación y la transferencia de la investigación en Psicología y Trabajo Social han sido los ejes sobre los que han girado las actividades organizadas por la Facultad de Psicología de la Universidad de Almería para celebrar su Semana del Patrón. Un completo programa, con mesas de debate, talleres, conferencias y actividades lúdicas, que ha tenido una gran acogida por parte de alumnos y profesores y que ha atraído asimismo a gente de otras titulaciones. Los actos comenzaron el lunes 20 de febrero con un taller online con una experta en inclusión, para trabajar en el ámbito de la Psicología Educativa. “Es algo muy innovador, con una serie de diseños y actividades de ocio hacen que los alumnos con diversidad funcional y el resto de la comunidad educativa puedan implementar acciones de inclusión y fomentar las habilidades sociales de los niños y niñas”, explica Encarna Carmona, decana de la Facultad. Al día siguiente, se realizó una sesión de poster, en la que alumnos de Grado y Posgrado expusieron las investigaciones que están llevando a cabo los diferentes Grupos de Investigación y que tienen un carácter aplicado o de transferencia de la investigación. En esta actividad participaron más de veinte ponentes y hubo un intercambio de información relevante entre los alumnos y profesores que asistieron. Tras esta actividad, se celebró un Café World, una novedad, con el objetivo de de-

batir sobre asuntos relacionados con el cambio social. Así, se trataron tres temas de gran interés en otras tantas mesas: la soledad no deseada, las acciones sobre igualdad y la desigualdad social. Estas mesas estaban formadas por alumnos, profesores y asistentes que no están en la Facultad de Psicología, como miembros del Colegio Oficial de Psicólogos, atraídos por el formato y los temas sobre los que se debatieron. En esta actividad, “se sacaron unas conclusiones que vamos a publicar en un dossier, para devolver esas conclusiones tanto a la Facultad como a las entidades implicadas, porque se dieron ideas creativas sobre lo que se puede hacer para mejorar en esos temas”, adelanta la decana.

PSICOLOGÍA DEL DEPORTE

El miércoles 22 fue el día de los actos oficiales. Arrancó con una conferencia plenaria de Eva Molleja, directora del Departamento de Psicología del Deporte de la Cantera del Real Madrid, que explicó a una nutrida audiencia de más de cien asistentes de distintas titulaciones de la UAL el trabajo que realiza en el club, así como los pasos a seguir para formarse y trabajar en una disciplina cada vez más reconocida como es la psicología del deporte. “Es de gran utilidad que se vea un gran nicho de empleo novedoso e innovador, que lleva ya unos años implementándose tanto para deportistas de élite como en el deporte base”, destaca Encarna Carmona. Eva Molleja arrancó su conferencia destacando el auge que está teniendo la psicología

del deporte en los últimos tiempos y explicó los pasos a seguir por los alumnos interesados en formarse para esta profesión. A estos les recomendó, antes que nada, tener pasión por el deporte. Y enumeró aspectos en los que se diferencia de otros campos de la psicología, como el hecho de trabajar en numerosas ocasiones al aire libre, en vez de en una oficina, o la capacidad de adaptación a distintos horarios y desplazamientos que implica, con mucho trabajo en fines de semana y viajes con los deportistas a los lugares donde compitan.

Molleja dio las claves del trabajo del psicólogo deportivo: conseguir los objetivos del deportista y, ante todo, velar por su bienestar psicológico. Asimismo, destacó que una de las consecuencias de su labor es “ayudar al deportista a que el día de mañana, cuando se retire, se lleve algo más de la práctica del deporte” y adopte esas técnicas aprendidas en su vida fuera de las competiciones.

De igual forma, aseguró que a la hora de luchar por esos objetivos deportivos, es imprescindible que todos, deportistas, entrenadores y entorno, vayan en la misma línea y envíen el mismo mensaje. Y, también, encontrar los problemas que interfieren en el rendimiento así como las variables que lo potencian para “aumentar la concentración y la confianza del deportista”.

MEDALLA DE HONOR

Tras la conferencia de Molleja, tuvo lugar el acto oficial de entrega de distinciones. Este año, la Medalla de Honor ha sido para Cris-



A la izquierda, lección magistral de Cristina Botella, insignia de oro de la Facultad; a la derecha, todos los galardonados este año, con la decana y el secretario de la Facultad y el vicerrector José Céspedes. Abajo, participantes en la marcha saludable.

En la página anterior, Eva Molleja, directora del departamento de Psicología del Deporte de la cantera del Real Madrid.



tina Botella, catedrática emérita de la Universidad Jaume I, una eminencia en el campo de la Psicología, con una amplia vinculación con la Universidad de Almería. “Es una figura muy reconocida en la psicología española e internacional, experta en salud, que ha sido innovadora en toda su carrera, por ejemplo en la incorporación de las TIC al campo de la salud”, señala Carmona.

Cristina Botella señaló la importancia que tiene para una universidad tanto la rama docente como la investigadora. “La tarea de una universidad es generar conocimiento y luego transmitirlo, tanto el generado por nosotros mismos como el generado por otros con la investigación, y luego transmitir el conocimiento a la sociedad por medio de la innovación, para devolver a la sociedad lo que ella nos ha dado”, explicó, en línea con el tema de la Semana de la Facultad de Psicología, antes de ofrecer una lección magistral sobre el papel de la psicología en un futuro dominado por la tecnología.

En el acto, se entregaron los diplomas a los mejores expedientes en las distintas titulaciones, las placas a los docentes con 25 años en la Facultad y los reconocimientos a entidades colaboradoras, que fueron para El Saliente y Alcer.

La última jornada estuvo dedicada al deporte y al ocio, con una marcha saludable que arrancó desde el Parque de las Almadrabillas, en la ciudad, y llegó hasta el propio campus de la UAL. Allí, se pudo degustar la ya tradicional paella con la que la Facultad de Psicología culmina su Semana del Patrón. ■

Eva Molleja / Directora de Psicología del Deporte de la cantera del Real Madrid “Nadie te enseña a saber gestionar bien ni el éxito ni el fracaso”

¿Cuáles son las principales funciones de un psicólogo en el ámbito del deporte?

Podríamos resumirlas en dos grandes funciones. Una es la optimización del rendimiento, hacer todo lo posible para que el deportista rinda lo mejor que puede, bien porque haya que resolver alguna problemática que interfiere en ese rendimiento, o bien potenciar algo que le pueda ayudar a conseguir sus objetivos. Y por otro lado, como somos psicólogos del deporte, tenemos que velar por el bienestar psicológico del deportista, ver qué podemos hacer para mejorar su estado de ánimo, que sepa manejar mejor sus emociones y sus expectativas.

¿Es difícil también gestionar el éxito, no solo el fracaso?

Hay que trabajar los dos, porque nadie te enseña a saber gestionar bien ni el éxito ni el fracaso. En los dos hay que invertir tiempo. Pero es verdad que como no todos llegan arriba, hay que trabajar más en la gestión del fracaso. Hay casos como cuando un deportista viene de un sitio donde era el mejor y llega a otro donde no lo es. Asimismo, en las categorías futbolísticas puedes estar muchos años siendo titular y pasar de dejar de jugarlo todo. Y también hay deportes en los que cuesta más encontrar casos de gestión del éxito, porque son menos mediáticos y eso hace que te centres más en la parte deportiva, en conseguir los objetivos.

También habrá diferencias entre deportistas de disciplinas individuales y de equipo, ¿no?

Claro, el deportista individual se encuentra más solo y tú le haces más compañía, porque te pide más trabajo, te necesita más. En cambio, en el deporte de equipo, al estar acompañado, esa parte no la tienes que trabajar tanto, pero tienes otras complicaciones. Como hay mucha gente, hay muchas opiniones, hay muchas emociones, hay muchos pensamientos y tienes que unificar el equipo. Y luego está lo que significa la figura del entrenador en un equipo grande. En el deporte individual, al entrenador lo ven como un aliado para pelear por un objetivo, mientras que en el de equipo a veces lo ven como un juez, que elige si va a ser titular o no.

La percepción que se tiene de la figura del psicólogo deportivo ha cambiado mucho en 20 años...

Ha cambiado muchísimo. Y es verdad que la sociedad también ha cambiado mucho. Los psicólogos también tenemos que aprender cuál es la filosofía de la entidad a la que llegamos, y en función de cómo es, así te tienes que mover. Porque cuando quieres imponer tu ley, normalmente acaba en fracaso. Hemos avanzado mucho y hemos cambiado muchas creencias que se tenían, pero todavía tenemos que convencer de que lo nuestro aporta, porque aun hay mucha mente obsoleta que asocia la psicología deportiva a la salud mental.

¿Hemos perdido talentos por culpa de una mala gestión anímica porque en aquel momento no existía la figura del psicólogo deportivo?

Sí, hay deportistas que todos vimos en su momento que destacaban y de repente dejaron de aparecer. Por suerte, ahora se está hablando más del trabajo mental y algunos deportistas están empezando a hablar de que cuando dejaron de serlo no supieron gestionar determinadas situaciones. Hay deportistas que habrían llegado más lejos o que sus carreras habrían sido más largas si hubieran tenido la ayuda de un psicólogo del deporte.

¿Y trabajar con niños y adolescentes es muy diferente que con adultos?

Sí, por eso una de las cosas en las que insistimos mucho es que es importante que vengan a trabajar con el psicólogo del deporte, aunque ellos tengan la percepción de que no lo necesitan, porque tú ya ves venir que va a haber un problema, por la transición de su propia identidad en la adolescencia, por la influencia del entorno y los amigos, por la influencia de las redes sociales... Por eso insistimos en que vengan, porque les sirve de prevención de lo que les va a pasar. Una de las cosas que hacemos muchos es dinámicas y talleres, porque así, aunque el deportista no quiere venir de forma individual, va aprendiendo cosas. Y si ve que a algunos les funciona, no se quiere quedar atrás.

